DISPUTATIO MEDICA
INAUGURALIS,
QUÆDAM
DE
SANITATE TUENDA
COMPLECTENS;

QUAM,

ANNUENTE SUMMO NUMINE,
Ex Auctoritate Reverendi admodum Viri,

D. GEORGII BAIRD, SS.T.P.

ACADEMIÆ EDINBURGENÆ PRÆFECTI;

NECNON

Amplissimi SENATUS ACADEMICI Consensu, et
Nobilissimæ FACULTATIS MEDICÆ Decreto;

Pro Gradu Doctoris,

SUMMISQUE IN MEDICINA HONORIBUS AC PRIVILEGIIS
RITE ET LEGITIME CONSEQUENDIS;

ERUDITORUM EXAMINI SUBJICIT

DAVID MACLAGAN,
SCOTUS,
CHIRURGUS,
SOCIET. REG. PHYSIC. EDIN. SOCIUS HONORARIUS
ITERUMQUE PRÆSES ANNUUS,
ET SOCIET. NATUR. ET CHYMIÆ STUDIOSOR.
PRÆSES ANNUUS.

" *Non domus, et fundus; non æris acervus, et auri,*
" *Ægroto domini deduxit corpore febres,*
" *Non animo curas, valeat possessor oportet,*
" *Si comportatis rebus benè cogitat uti.*"——HORAT.

Prid. Id. Septembris, horâ locoque solitis.

EDINBURGI:
EXCUDEBANT ADAMUS NEILL ET SOCII.

1805.

ALEXANDRO DICKSON

HARTRIÆ,

ARMIGERO,

PACIS CURATORI,

PRÆFECTURÆ *PEBLIANÆ*

VICARIO PRÆFECTO;

SCIENTIA, URBANITATE, ET INTEGRA FIDE

CONSPICUO,

IN BELLO

MILITI INTREPIDO,

IN PACE

ARTIUM LIBERALIUM CULTORI,

TAM ORDINIS CIVILIS QUAM LEGITIMÆ LIBERTATIS

ACERRIMO VINDICI;

HANC DISPUTATIONEM,

ANIMO BENEFICIORUM MEMORE,

D. D. DQUE

DAVID MACLAGAN.

VIRO OPTIMO,

ANDREÆ DOUGLAS

MORTONIÆ,

ARMIGERO,

MATERTERÆ MARITO;

QUI

ILLI,

EX QUO TEMPORE

INFANS

PATRE ORBATUS EST,

PRO PATRE FUIT,

ET

OPTIMÆ MATRI,

QUEMADMODUM A TENERIS ANNIS

ILLUM OPTIME EDUCARET,

AMICISSIME MONSTRAVIT;

HOC

PERTENUE GRATI ANIMI

TESTIMONIUM

OFFERT

DAVID MACLAGAN.

VIRO PROBO,

ANDREÆ WOOD,

EDINENSIS REGII CHIRURGORUM COLLEGII

SOCIO,

EDINÆ

MACHAONIAM FELICITER ARTEM

EXERCENTI;

QUO

DOCENTE ET CONSILIIS ADJUVANTE

SALUTIFERÆ ARTIS

INITIA

DIDICIT,

QUOQUE

TAM IPSE, QUAM SUI,

PLURIMA ACCEPERUNT BENEFICIA;

PEREXIGUUM HOC

ANIMI AMICITIÆ INOBLITI

MONUMENTUM

DICAT

DAVID MACLAGAN.

"*Non est vivere sed valere vita.*"

MART.

"*Health is indeed so necessary to all the duties, as well as*
"*pleasures of life, that the crime of squandering it is equal to*
"*the folly; and he that, for a short gratification, brings weak-*
"*ness and disease upon himself, and for the pleasures of a few*
"*years passed in the tumult of diversion and clamours of mer-*
"*riment, condemns the maturer and more experienced part of his*
"*life to the chamber and the couch, may be justly reproached, not*
"*only as a spendthrift of his own happiness, but as a robber of*
"*the public.*"

JOHNSON.

To Dr Ogilvie
with best wishes
from his friend
Dav Macla

DISPUTATIO MEDICA

INAUGURALIS,

QUÆDAM

DE

SANITATE TUENDA

COMPLECTENS.

MEDICINAM rudem esse artem, morbis laborantes omni ævo experientia docuit. Hoc tribuendum est cupidini, quâ omnes ferè medici impulsi sunt ad opiniones formandas, et crudis *theoriis* quas ex his fabricati sunt. Causæ autem aliæ vix minùs ad tardandum medicinæ cultum contulerunt; nempè artis

ipsius natura, et mos eorum medicorum qui, ratiocinatione penitùs rejectâ, experientiâ solâ duce utuntur ; et putant, eos esse temerarios, qui, semitâ majorum relictâ, in novam discedant.

Quinetiam omnes ferè medici alicujus in verba magistri jurare solent. Hoc obsequium, quoniam functiones vivi corporis quotidiè meliùs intelliguntur, et scientia rei medicæ indies crescit, pro imbecillitate tantùm haberi potest ; et appellationes CULLENIANUS, BRUNONIANUS, DARVINIANUS, &c., fidem in dogmatibus eorum pertinacem indicantes, cuiquam opprobrio sunt. Ratio, quâ opiniones, suam quisque, auctores student defendere, scientiæ medicinæ progressui valdè obstat: "Quod "plerique auctores se effecturos crediderunt, "celando quæ prorsùs adversarentur, fingendo "quæ deessent et necessariæ viderentur suæ "causæ, vindicando multa falsa et futilia, vel "saltem incerta et dubia eidem inservientia, "resque demùm satis notas et manifestas ita "torquendo, ut a vera et simplice significatione

" distractas, easdem in alias quæque magis fa-
" rent sententias traherent *."

Verùm nemo tamen negare potest, quin res medica multùm sit culta indefesso explorandi ardore, et omnis scientiæ augmine et diffusione. Pauci nunc, vel celeberrimis scriptoribus tantum obsequium concedunt, ut eorum auctoritate confisi, errorem pro vero habeant.

Honos hujus medicinæ incrementi præcipuè illis tribuendus est, qui, neque rationalibus medicis ex toto dediti sunt, neque empiricis, sed, ratione adhibitâ, res, perindè utì sunt, studiosè observant. Etsi medicina multùm jamdudum culta est, tamen multùm abest ut absoluta sit. " Multum egerunt, qui ante nos fuerunt, sed non peregerunt; multum adhuc restat operæ, multumque restabit; neque ulli nato post mille sæcula præcidetur occasio aliquid adhuc adjiciendi †."

---

* Vide Gregor. *Conspect. Med. Theor.* Procem. pag. 26.

† Seneca.

Cùm igitur medicina adeò sit rudis et inefficax, et morbi faciliùs præcaveantur quàm sanentur, omnes ferè medici omni ævo animos in optimas sanitatis servandæ rationes intenderunt. In scriptis itaque antiquissimi, præcipuè HIPPOCRATES, GALENUS, et CELSUS, multa, in hanc rem optima et utilissima, reliquerunt. Hæc a scriptoribus recentioribus sunt transcripta, sed haud raò opinationibus, et vanis panchrestorum medicamentorum laudibus corrupta. Scientiâ diffusâ, hæc inania nec fide digna, magna ex parte, evanuerunt. Hodie non conamur morbos arcere cohorte medicamentorum, quæ *PROPHYLACTICA* et *INCANTAMENTA* nominantur, sed animos ad vivendi rationem intendendo.

Etsi igitur, his temporibus, medici operam plurimam huic rei dederunt, ac multa observatu digna in scriptis eorum inveniuntur; tamen dubium est, an observatorum scientia satìs promulgetur; nam etiamnum homines in mirâ rerum, quæ ad servandam salutem pertinent, ignorantiâ et incuriâ versantur.

Professores hujus almæ Academiæ, præsertim GREGORIUS et HOMIUS, quorum, præ cæteris, ex officii ratione est, animos multùm in hanc rem intenderunt; et, in prælectionibus, multa observatu dignissima protulerunt. Statui igitur pauca, de sanitate tuenda, colligere, et professorum examini subjicere; etsi multùm verear, ne putent, me monitum HORATII neglexisse;

Sumite materiam vestris qui scribitis æquam
Viribus; et versate diù, quid ferre recusent,
Quid valeant humeri. ——

In hac disputatione mihi in animo est perpauca dicere, primùm de aëre; dein de vestitu; tùm de munditia; pòst de exercitatione; dein de somno; tum de alimento; deinde de secretis et excretis; et postremò de animi motibus.

————— *Sicut formica,*
Ore trahit, quodcunque potest, atque addit acervo.
HORAT.

CAP. I.

CAP. I.

DE AERE.

"*Aër quoque ipse, qui purus sacram vitæ flammam alit,*
"*impurus factus, eandem vel statim extinguere potest, vel va-*
"*poribus onustus, aut nocivis quibusdam effluviis corruptus,*
"*ingentem morborum cohortem inducere.*"

GREGOR. *Conspect.*

OMNES nunc consentiunt, aëra plurimùm in vivum corpus pollere, igitur summi est momenti invenire, qualis aër sit saluberrimus.

Antiqui putabant, aëra esse fluidum simplex; experimenta autem PRIESTLEII, SCHEELII et LAVOISIERII eum esse naturâ compositum, satis comprobârunt.

Periculis comperti sunt recentiores, elementa aëris cœli, dissitis terrarum regionibus, et diversis anni tempestatibus, eandem rationem inter se habere *.

* Hoc experimenta CAVENDISII, DAVEII, BERTHOLLETII, MARTII, HOPEII et THOMSONII, in aëra circumfluum diversis partibus ANGLIÆ, SCOTIÆ, HISPANIÆ, GALLIÆ, ÆGYPTI et GUINIÆ, satìs probârunt.

Aër purus maximè ad sanitatem conducit.

Sed, præter aëra communem, utì appellatur, cœlum varias res continet, quæ semper diversis tam naturæ quàm artis operibus extricantur.

Clarè constat, animantium spiritum plurimùm ad aëra inquinandum conferre. Experientia iterata satìs comprobavit, maxima mala hoc fonte derivari. Verisimile est, nos his temporibus multos morbos ventilatione idoneâ evitare, quibus hujus incuriâ majores nostri affici solerent. Tamen dubium est, an etiam nunc dierum animos satìs ad hanc rem intendamus. Cœtus opulentorum, ubì congregatur magna vis hominum, videtur hoc satìs probare.

Aër impurus multa mala ac morbos efficere videtur.

Aër debet frequentèr ex toto mutari, præsertim in valetudinariis, et officinis, ubi, præter aëris impuritatem, alii morborum fontes abundant.

Aër impurus corporibus teneris infantûm est admodùm nocivus. Ex *ACTIS HIBERNICIS*

constat, ex 7650 infantibus in *VALETUDINARIO PUERPERARUM* natis, 2944, intra dies decem postquàm nati sunt, aëris impuritate, mortuos esse. Hoc errore detecto, unus tantùm pro tribus periit *.

Nil opus est, ut multa alia exempla ad hoc confirmandum adducamus; nam optimè comprobatur exitu miserabili nostratum in carcere CALCUTTÆ, et militum † et servorum ‡, cùm in navibus vel aliis locis stipantur.

Ventilatio cubiculorum præsertim est necessaria. Nam, cùm multi in uno cubiculo dormiunt, quod liberum perflatum non habet, aër est insaluberrimus, et haud raro lethalis. Improvidorum est vela lecti arctè contrahere, præsertim in cubiculis parvis; neque enimverò in cubiculis, nisi necesse sit, focus esse debet, præcipuè carbonis lignei. Plurimi tamen focos, hujusmodi carbonibus, nutrire so-

* Vid. *Irish Transactions*, 1789.

† Vide scripta eorum, qui de morbis nautarum et militum tractant.

‡ Vide, *Evidence on the Slave Trade*.

lent, quippe, quia existimant hos nullum fumum emittere. Hi tamen ligno vel carbone fossili noxiores sunt. Fumus enim horum densus et acer dormientium oculos et nares irritat, et sic illos de periculo monet; *gas* autem ab illis sæpè dormientes quasi insidiosè suffocat, priusquàm periculum caveant. Pauci autem hos errores satìs cavent, quamvis sæpè audiant funesta ex iis exempla *.

Quum in magnis urbibus, tot causæ aëra vitient, perspicuum est, aëra purum inter commoda ruris esse numerandum. Hoc satis constabit, si urbanos artifices, formâ imbecillos, macros, pallidos, cum rusticis validis et torosis comparemus. Hoc certè discrimen causâ suprà dictâ, magna ex parte, efficitur. Quoniam autem, ob hominum cultum et humanitatem, necesse est, ut plurimi in urbibus habitent, debent summâ vi niti, ut ab eorum incommodis se tutentur. Hunc in finem, oportet eos horas a negotio vacuas oblectamentis re-

---

* Audi HOPEI Prælectiones *de Chymia* in ACAD. EDIN.

rum rusticarum dicare, potiùs quàm omnigenæ intemperantiæ se dedere, quæ iis aëris gravitate magis est nociva.

Habitus aëris, qui morbos pestilentes et grassantes inducunt, nondum satis investigati sunt. De his igitur haud dicam.

Cœli temperies, et etiam siccitas et humiditas, corpus humanum maximè afficiunt. Hæc quæ mala afferant, nondum satis constat. Itaque pauca tantùm de regionum temperie nunc dicam.

De regionibus calidis.—Non potest negari, quin magnus calidarum regionum calor causa sit multorum morborum, qui his ferè proprii sunt; tamen mihi constat, multos etiam originem trahere à pravo incolarum vivendi modo. Exemplum hujus mirum occurrit, post prælium in India Orientali, quo Europæi quidam a Hydero Alleio capti sunt. Eos parcissimè alebat, et nihil, quo famem tolerarent, præter exiguam oryzam sativam, suppeditabat. Eorum autem superstites à hepatitide revaluerunt: dyspepsiæ, et affectiones biliosæ plurimorum,

ex toto evanuerunt: et unus hepaticus, quem amici prædixerant expeditioni non superfuturum esse, ferè ex toto revaluit. Intereà multi amicorum, qui more solito luxuriosè MADRASÆ vixerant, hepatitide periverunt *.

In regionibus calidis omnes homines, et præcipuè advenæ à frigida vel temperata regione, debent interdiu calorem magnum solis, et noctu rorem, cavere. Temperantia simul in omnibus vitæ partibus prorsùs est necessaria; multis enim mortem attulit primum convivium.

DE REGIONIBUS FRIGIDIS.—Ratio optima, quâ servetur sanitas in regionibus frigidis, nondum satis intelligitur. De hac re, multa observatu digna prodidit AIKINUS †. Res, ad quas hic auctor nostrum animum vertit, iis occurrerunt, qui conati sunt NOVÆ ZEMBLÆ et SPITZBERGENII hyemare. Illi soli his cona-

---

* Audi GREGOR. Prælect. de *Medicin. Practic.* in *ACAD. EDIN.*

† Vide *Transactions of the Literary Society of Manchester*, vol. 1.

tibus sani supervixerunt, qui carnibus non salitis vescebantur, aquam solam bibebant, et qui quotidie se excercebant. Inter eos scorbutus videtur fuisse morbus formidolosissimus. Quæ dixit AIKINUS de hac re, ea sunt admodùm vera; illos nempè, qui scorbuto affecti sint, carnibus salitis vixisse, liquores meraciores potâsse, et vitam ignavam egisse. Has res confirmant similes, ab aliis æquè fidis observatæ. RUSSICI, qui in NOVA ZEMBLA hyemant, exercitatione crebrâ, et hauriendo sanguinem *rangiferorum* calidum, sanitate fruuntur. KAMTSCHATKI etiam semetipsos à scorbuto tutantur, vivendo carnibus solis, et à sale abstinendo. Aliquis etiam, ut notat LINNÆUS, "in LAPLANDIA observabit homi-"nes, absque CERERE et BACCHO, absque sale "et potu omni artificiali, aqua tantùm et "carne, et quæ ab his præparentur, contentos "vivere *." In talibus regionibus, effectus

* Idem dicit SMELLIUS; et insuper addit, illos puro aëre et exercitatione non solùm cœli frigoris patientes esse, et

frigoris nocivi domibus calidis, et vestimentis quæ calorem tardè transmittunt, optimè præcaventur. Hujusmodi tutaminibus animantes viliores, harum regionum indigenæ, à benefica Natura abundè suppeditantur. Gnavitas et mentis et corporis æquè est necessaria, quippe quæ vi frigoris urenti multùm obstet. Sic Poëta;

——— Manet sub Jove frigido
Venator; ———
Seu visa est catulis cerva fidelibus,
Seu rupit teretes MARSUS *aper plagas.*

HORAT.

IN REGIONIBUS TEMPERATIS.—Frigus cum humore conjunctum morbos efficit, præcipuè ubi idonea vestitûs exercitationisque ratio non habetur.

---

vigore et ætatis longinquitate insignes; sed etiam a podagra, calculo, rheumatismo, et multis aliis morbis immunes vivere, quibus in aliis regionibus luxuriosi vexentur. —SMELL. *Philosophy of Natural History.*

Quum, ne hujusmodi morbi oriantur, optimè præcaveatur idoneo vestitu et exercitatione, pauca de his dicere aggrediar.

CAP. II.

DE VESTITU.

> " ——— *Hæ nugæ seria ducunt*
> " *In mala.*" ——— HORAT.

SCIENTIA nostra de hac re, ut de aliis pluribus, quæ ad sanitatem humani generis maxime conducunt, à Natura deduci debet; quæ, quamvis omnibus pateat, à nullis tamen satìs intelligitur. Ubì attentis animis conspicimus generum inferiorum animantes, providentia ejus clarè cernitur. His vestitum dedit, cœlis, ubi vivunt, accommodatum. Homini autem munificentior fuit; nam illi rationem dedit, ut assiduè ejus consilia perspiceret, et ea exsequi conaretur.

Ejus præcepta autem fuerunt nimìs neglecta, ob nugas leviores societatis cultæ; et ex

moribus diversorum temporum multi morbi originem traxerunt.

Imprimis necesse est, ut vestitus corporis motus non impediat.

Zonæ arctæ, quibus haud ita pridem nihil nostratibus fœminis erat magis nocivum, nunc ferè ex toto desuêrunt. His tamen quædam, formæ quàm valetudinis studiosores, se etiamnum cruciant. Multi etiam mares, pariter atque fœminæ, calceis pedes urere consuescunt. Hos mores, utcunque leves videantur, duo tamen *anatomici* et *physiologi* celeberrimi, nempè CAMPERIUS et SOEMMERINGIUS, scriptis acerrimè improbârunt.

A fœminis quoque peccatur paucitate et perluciditate vestium, quibus hodie se contegunt, ut junceæ et formosæ videantur. Hìnc phthisi pulmonali, pesti perpetuæ insularum BRITANNICARUM, frequentior occasio datur. Huic morbo fœminæ præsertìm sunt opportunæ; et fortassè, ob subitas temperiei vicies, quibus, præ vestium tenuitate, magìs exponuntur.

Nostrates fœminæ nimìs mollitèr educantur. Domi focis assident in triclinio, in quod

ne minima quidem aura inire potest; et, ubì foràs eunt, mirâ inconsiderantiâ sese seminudas nebulis ac frigoribus exponunt. Mollitie, quâ educantur, aptæ fiunt, quæ à frigore, humore, tempestatis vicissitudinibus, grave detrimentum capiant.

Quoniam nostrum, ut TACITUS descripsit, "cœlum crebris imbribus ac nebulis fœ-"dum*" est, et adeò variabile, debemus semper iis cutem tutare vestibus, quæ calorem tardè transmittunt. Hunc in finem, laneæ vestes, ut optimæ sunt, ità nunquam omittendæ. In hac quidem regione, vestitum multùm variare rarò tutum est. Laneus vestitus, omnibus regionibus, et omnibus anni tempestatibus, idoneus est. Quippe cùm calorem ex corpore tardè transmittat, in cœlis frigidis æquabilem temperiem servat; et in regionibus calidis, quippe quia sudorem elicit, elicitumque a superficie absorbet, sicque plurimùm favet vaporationi, corpus refrigerat. Errant igitur illi, qui putant, vestitum laneum æstate nimis calidum esse.

* TACITUS in *Vita AGRICOLÆ*.

Vestitus laneus, ut dicit DARVINUS, senescentibus et senibus multa commoda affert *.

Illi etiam, ut RUSHIUS et alii, qui medicinam apud nautas vel milites fecerunt, comperti sunt, vestitum laneum ad eorum sanitatem servandam plurimùm conducere †.

In SCOTIA, a frigore et humore, inter pauperes, quibus deest vestitus quo ab iis corpora tutent, plurimi morbi nascuntur. In quibusdam *parochiis* observatum est, à tempore quo se panno tenui MANCUNIENSI vestire insueverunt, vice densioris lanei quo solebant majores, minore valetudinis prosperitate usos fuisse, et multis morbis, præsertim rheumatismo et phthisi, afflictos et consumptos ‡.

Etiam notatum est, in GLAMORGANIA et aliis CAMBRIÆ partibus, agrestes, quibus vestitus

* Vid. DARVIN. *Botanic Garden*, Part. ii. pag. 39.

† Vid. RUSH. *Observations on the Diseases in the Military Hospitals of the UNITED STATES OF AMERICA during the late War.*

‡ Vid. passim Sir JOHN SINCLAIR'S *Statistical Reports.*

sit indusium et sagulum laneum, et, ubì non laborant, tunica domi texta, à multis morbis integros vivere, quibus vicini, vestibus non æquè calidis contecti, sint opportuni *.

Multi etiam morbi oriuntur vestibus humidis et pedibus madidis. *Amenorrhœa* sæpè his causis nascitur; et hæc mala vitandi incuria phthisi originem haud raro præbet; "et triste sanè est mente revolvere, quàm funesta humani generi fuerit." Multi juvenes, imbecilli vocari timentes, uvidas vestes exuere negligunt; et sæpè hâc negligentiâ morbus haud raro lethalis inducitur.

Mihi constat, multos, à spe corporis vigorem et firmitatem acquirendi, semina morborum serere, quibus raro non seriùs ociùs moriantur. Hanc nobis firmitatem non licet, nosmetipsos subitis temperiei vicissitudinibus exponendo, acquirere; sed gradatim, et usu ab infantia usquè ad vitæ meridiem. Hunc in finem, necesse est, ut nos à multis, quæ corpus paritèr effœminant ac animum, absti-

* Vid. Beddoes. *Hygeia.*

neamus; et, dum BACCHUM et VENEREM temperatissimè colimus, cautè nosmet assuefaciamus ferendo frigori.

CAP. III.

DE MUNDITIA.

> "*Even from the body's purity, the mind*
> "*Receives a secret sympathetic aid.*"
>
> THOMSON.

MUNDITIA est sanitatis et valetudinis adjutrix: et fortassè est maximum bonorum, quæ divitibus præ pauperibus contingunt. Quòd si homines, humili loco nati, à neglecta munditia detrimento afficiantur, culpa penes ipsos manet. Si munditiam magis colerent, plurimi morborum, quibus sunt, præ cæteris, obnoxii, evanescerent: præcipuè morbi cutanei, qui ab immunditia haud rarò originem trahunt, et sæpè munditiâ solâ sanantur. Prætereà contagioni, quæ tam sæpè in domibus pauperum gigni videtur, et cujus vis in his

multùm intenditur, munditiâ maximè obstatur ne vulgetur. Perspicuum est, ex scriptis *DE PESTE* in ÆGYPTO, hujus morbi originem, vim et perpetuitatem multùm juvari immunditiâ incolarum, et domibus arctis et stipatis; et contrà munditiâ, simulque auxiliis quæ a *chymia* hodierna suppeditantur, ejus vim minui, imò sæpè omninò exstingui. Hujus exemplum eximium habemus inter expeditionem, quam BRITANNICUS exercitus nuper in ÆGYPTUM fecit *.

Munditia in regionibus fervidis, et tempestatibus anni calidis, valdè necessaria est. Vestes, præcipuè cuti proximæ, debent sæpè novari. Beneficium quoque maximum frigidarium et balneum afferunt. Frigidarium autem marinum præponerem: propterea quòd summum interim corpus plùs refrigerat; et salinæ particulæ cuti inhærentes hanc posteà stimulant, faciuntque ut patuli arteriarum surculi salutariter exhalent. Majorem etiam

---

* Vid. MACGREGOR. *Medical Sketches.*

locum præbet, quo musculos exerceant natantes:

This is the purest exercise for health,
The kind refresher of the summer heats;
Thus life redoubles, and is oft preserv'd
By the bold swimmer, in the swift illapse
Of accident disastrous. Hence the limbs
Knit into force; and the same ROMAN *arm*
That rose victorious o'er the conquer'd earth,
First learn'd, while tender, to subdue the wave.

THOMSON.

CURREIUS, medicus celeberrimus, videtur mihi felicitèr labefactâsse erroneas quasdam de usu frigidarii opiniones. Liceat mihi argumenta, ipsius verbis infrà notare *.

Omnibus autèm, qui pulmonibus malè se habent, qui corporis constitutione teneri sunt, et omnibus ferè ætate provectis, balneum meliùs convenit.

* "In the earlier stages of exercise, before profuse perspiration has dissipated the heat, and fatigue debilitated the living power, nothing is more safe, according to my experience, than the cold bath. The popular opinion, that it is safest to go perfectly cool into the water, is founded on erroneous notions, and sometimes pro-

CAP. IV.

DE EXERCITATIONE.

"*Quod caret alterna requie durabile non est.*"

OVID.

HUMANUM corpus fabricâ prorsùs divinum, et exercitationi omnis generis mirum

---

ductive of dangerous consequences. Thus, persons heated and beginning to perspire, often think it necessary to wait on the edge of the bath until they are perfectly cool, and then, plunging into the water, feel a sudden chilliness that is alarming and dangerous. In such cases, the injury is generally imputed to going into the water too warm, whereas in truth it arises from going in too cold.

"But though it be perfectly safe to go into the cold bath in the earlier stages of exercise, nothing is more dangerous than this practice, after exercise has induced profuse perspiration, and terminated in languor and fatigue; because, in such circumstances, the heat is not only sinking rapidly, but the system parts more readily with the portion that remains."

CURR. *Medical Reports.*

Sæpè ego ipse calidus in mare præcipitavi, sine ullo malo aut incommodo.

in modum aptatum, clarè demonstrat hominem ita nasci, ut vitam gnavam ageret. Experientia etiam omni ævo comprobavit, exercitationem optimam medicinam esse, quâ depellantur multi morbi, quibus divites et ignavi sunt obnoxii.

Quantùm omnes corporis partes ad munera benè fungenda adjuvet exercitatio, benè notum est. Vim et motus cordis et arteriarum adeò auget, ut sanguinem in superficiem distribuant tantâ copiâ, quanta cutis halitum aut sudorem moveant.

Alias etiam secretiones et excretiones auget. Ciborum porrò concoctionem multùm juvat, partim fortassè per consensum inter ventriculum et cutem.

Sanguis etiam, cursu acceleratus, sæpiùs in pulmonibus *oxygenio* sic exponitur, ut colorem coccineum et vires salutares acquirat. Hinc forsàn facies rosea et nitida, itemque vigor et sanitas eorum, qui se quotidie sub dio exercent, dum ignavi et sedentarii sæpiùs pallent et languescunt.

Exercitatio item musculos, quippe in quos

faciat ut sanguis copiosiùs distribuatur, majores, firmiores, et validiores reddit. Hinc robusti torosi musculi remigum, cæterorumque qui gravitèr laborant, etiamque pinnarum avium volatilium.

Inertiâ contrà sanguis languescit; secretiones minuuntur; fibræ musculosæ pallent, numero decrescunt, et ferè evanescunt *.

Exercitatio, in frigidis præcipuè regionibus, pernecessaria est. Hoc plùs satìs apparebat, ubì plantarum studiosi, BANKIUS et SOLANDER, famulis comitantibus altos, FUGÆ TERRÆ † montes ascendebant. Gravia SOLANDRI verba, quæ ipse primus oblitus est, in mente omnium, qui itinera in hujusmodi regionibus faciunt, teneri debent. "Quisquis," inquit ille, "discumbet, idem obdormiscet;

* FOURCROIUS membrum, cujus nervi diù resoluti essent, quodque se movendi impotens fuisset, compertus est ex nihilo ferè consistere, nisi reticulata tela, pinguedine, et paucis fibris musculosis interspersis.

† Quam, ipsorum linguâ, *TERRA DEL FUEGO* appellant HISPANI.

" et, quisquis obdormiscet, idem expergisce-
" tur nunquam *."

Utì nulli sunt, quibus exercitatio adeò sit necessaria ac literatis; ità nulli, qui, ab ea neglecta plus detrimenti capiunt.

Gregorius noster benè observat, sedentariam literariorum vitam, originem, in sæculis caligine immersis, ab ignava *monachorum* vita deduxisse. Apud antiquos enim eruditi vitam gnavam agebant. Plato athleticus erat, et nomen cepit à humerorum latitudine. Socrates arma gerebat; et Xenophon dux erat præclarus. Hodierna literarum et ignaviæ conjunctio, addit Gregorius, magis est deploranda, quoniam vires animi maximè debilitat. Attentio ac memoria certos limites habent; et experientia nos docet, in studiis prosequendis, plus commodi à paucis quotidie

* " Whoever sits down will sleep, and whoever sleeps " will wake no more."

Hawkesworth. *Cook's Voyages.*

horis benè actis derivari, quàm à studiis haud intermissis *.

Ab exercitatione, quâ pauperes uti coguntur, multos morbos evitant, quibus divites et ignavi sunt opportuni, sicut podagram, *dyspepsiam*, et totum genus morborum, qui nervorum invaletudine consistunt. Haud desunt plurima exempla, ut certiores nos facit HOFFMANNUS, hominum, qui podagram simul et divitias amiserunt. SWIETENIUS etiam mentionem facit sacerdotis, qui, à piratis captus, et labori per biennium condemnatus, à podagra liberatus est.

Homines, morbis, sicut paralysi, multùm debilitati, sæpè inertiæ se dedunt, ob difficultatem primi ad se exercendos conatûs. Exercitatio autem imprimis necessaria est, ut convalescant, et membra movendi potentes fiant. Frictio fortassè primùm, dein alia aliqua gravior, opus sit.

> "*Begin with gentle toils, and, as your nerves*
> "*Grow firm, to hardier by just steps aspire.*"
>
> ARMSTRONG.

---

* Audi GREGOR. Prælect. *De Medicin. Practic.* in *ACAD. EDIN.*

Fines tamen sunt, ultra quos musculorum vis exercitatione haud augetur; nam exercitatio nimia, vel justo longior, sæpè *rheumatismum*, paralysin, præmaturam senectutem, et etiam mortem, affert. Exercitatio nimia, vel nimis diutina, musculum quoque se contrahendi impotentem reddit. Igitur, post exercitationem, quies, quâ vis musculosa reficiatur, necessaria est. Ad hanc refectionem dulcis somnus optimè conducit; et igitur de illo pauca nunc dicam.

CAP. V.

DE SOMNO.

"*Somne, quies rerum, placidissime Somne Deorum,*
"*Pax animi, quem cura fugit, qui corda diurnis*
"*Fessa ministeriis mulces, reparasque labori.*

OVID.

SOMNUS, Naturâ conciliante, fatigata corpora optimè reficit. Somno enim pulsus fit tardior et mollior, et omnes corporis partes

munera leniùs peragunt. Secretiones minuuntur; sed, deficiente unâ secretione, alia augetur. Somnum multùm ad obesitatem conferre benè cognoscunt omnes, qui boves saginant; nam, hunc in finem, à luce et aëre excludunt, et mundos et nitidos semper servant. Somnus genus quoque humanum pinguefacit. Medicus quidam, qui somnum maximè ad sanitatem conferre putabat, eum in quatuordecim horas protrahebat; valdè pinguescebat; et postremò *apoplexiæ* succubuit.

Causæ somni iis vigiliæ prorsùs sunt contrariæ. Absentia rerum, quæ extrinsecùs sensus excitant, sicut lucis ac soni; corpus modicâ venere et calore relaxatum, et in longitudinem porrectum; atqùe animus curis vacuus, ad somnum conducunt. Dum contrà fames et sitis; calor, præcipuè cùm à corporis morbo oriatur; et frigus, præcipuè pedum *; ob-

---

* Frigus magnus tamen, somnolentiam haud resistendam, et soporem *apoplexiæ* similem, inducit. SOLANDER et comites optimum exemplum hujus frigoris potestatis præbent. Hujus rei nulladum ratio omninò verisimilis data est.

stant, ne homines quiete necessariâ fruantur. Alimentum stomacho grave, et stercus in alvo durum, somno etiam multùm obstant. Hìnc somnus aut helluones fugit; aut, si advenerit, identidèm incubo et insomniis horrendis turbatur. *Dyspepticorum* quoque somnus iisdem sæpè falsis imaginibus interrumpitur. His dogma SALERNIANÆ scholæ, quæ non semper credi debet, jure inscribatur:

Ex magna cœna stomacho fit maxima pœna;
Ut sis nocte levis, sit tibi cœna brevis *.

Somnus, secundum ætatem, consuetudinem, ac occupationam, longior aut brevior esse debet; et igitur fines accuratè poni non possunt: fortassè autem somnus, per horas sex vel septem, sufficit.

Errant, et qui nimìs, et qui parùm dormiunt. Utrumcunque et corpus et animum infirmat. Somnus nimius animum hebetem et imbecillum reddit; corpus iners, languidum, et omnibus impar functionibus. Fatuitatem, et lethargum omnigenum inducit; et etiam

* Cap. v. lin. I.

dyspepticis, *hypochondriacis*, et hydropicis, multùm nocet. Contrà, somnus parcus animum difficilem et irritabilem efficit. Eo facies fit pallida; oculi languidi; corpus macrum, et morbis debilitate oriundis opportunum. Plurima hujus exempla videmus in studiosis pallidis et *dyspepticis*, qui horas somni studio agunt. Idem superquàm satìs ostendit facies hominum, his dissimillimorum, qui pravis moribus sanitatem posthabent, et insipientèr tempus, somno aptum, libidinum indulgentiâ et omni intemperantiâ agunt.

CAP. VI.

DE ALIMENTO.

"———— *Tibi quærit inanes*
"*Luxuries nocitura cibos, mihi donat*
"*Inemptas terra dapes.*"

CLAUDIAN.

HOMO, ut cætera animalia, partem solidorum et fluidorum corporis, in varias vitæ func-

tiones peragendo, quotidie expendit. Si hanc jacturam additio non compensat, corpus citò in ruinam dilabitur. Quarè Natura monitorem importunum in nobis posuit, cui nequeamus diù impunè resistere.

> "*For this the watchful appetite was given,*
> "*Daily with fresh materials to repair*
> "*The unavoidable expense of life,*
> "*The necessary waste of flesh and blood.*"
>
> ARMSTRONG.

Hoc damnum, quod quotidie corpus accipit, cibo et potu reficitur.

Cibus—generis humani, ex carnibus animalium et terrâ natis paratur. Cibus concoquitur, et in sanguinem convertitur, priusquàm fit ad corporis usum idoneus. De his autem mutationibus, parùm adhuc cognitum est. Terrâ edita plures mutationes, priusquàm in sanguinem convertantur, quàm carnes, subeunt; ut inferre possimus ex eo, quòd hæ naturâ à *chylo* minùs distant.

Nil magis conducit ad sanitatem humani generis, quàm idonea ingestorum ratio; sed,

de nulla re, homines magis peccant. Errant enim, de hac re, et quantitate et qualitate.

Quantitas, quam ventri obedientes unâ vice ingerunt, omninò mira est, nec illis tanto oneri insuetis tolerabilis. Hinc mala multa oriuntur. Succo enim gastrico onus solvendi impotente, *dyspepsia* et consequentia mala superveniunt: vel cibi nimietas, si succus *gastricus* solvere possit, nimium sanguinem suppeditat; et sic plenitudinem, et consequentia efficit. Solâ ventriculi distensione, gravia mala oriuntur; nam, septi transversi descensu impedito, respiratio fit minùs libera, nec sanguis potest salutaritèr mutari. Reditus etiam sanguinis à capite impeditur: et hinc, post ingurgitationem, *apoplexia*, ut haud raró tabellæ publicæ rerum novarum nunciæ nos docent, ex parte inducitur; dum simul ex parte efficitur ciborum onere, sic stimulante cor et arterias, ut sanguinem in caput justo copiosiùs et vehementiùs urgeant.

Aspice! divitum epulas, compositas ex jusculis pinguedinosis, carnibus omnimodìs coctis ad gulam excitandam; et intereà ple-

nos identidem vini cyathos, quos ad auxilium vocant; dein dulciarias pistorum delicias; oxygara, acetaria, fructuum dulcedinem, quibus lassum stomachum oggerunt; et mera denique, cerevisiam, et vina multigena, quibus opus coronant: et desine mirari, si eorum stomachi, qui tam crudâ indigestâque mole onerantur, perindè sint, ac insincerum vas, ubì omnia infusa acescant. " For my " part," inquit elegans ADDISONIUS, " when " I behold a fashionable table set out in all " its magnificence, I fancy I see gouts and " dropsies, fevers and lethargies, with other " innumerable distempers, lying in ambus" cade among the dishes *."

Si epulas hujusmodi cum mensis parcis illorum, qui labore famem tolerant, et qui cibo multò copiosiore egent, conferamus; quàm saluti nocivum hoc vitæ genus sit, satìs clarè constabit. Effatum igitur SANCTI *ECCLESIASTAE* satìs experientiâ confirmatur:

" By surfeiting many have perished; but " he, that taketh heed, prolongeth his life."

* Vid. ADDISON. *Spectator.*

Qualitas.—Privilegium est humani generis victitare omninò vel ex terrâ natis, vel carnibus; utrisque autem simul homo meliùs alitur *.

Cibi satìs nutrientes, et concoctu faciles, aliis anteponendi sunt. Vires autem concoquentes, in diversis hominibus, multùm variant.

Experientia autem docet, quosdam cibos ferè ab omnibus ægrè concoqui, ideoque sedulò evitandos esse; sicut oleosos, fumatos et salitos. His accedant *vegetabilia* incocta, et fructus immaturi. Ea sæpè *dyspepsiam*, et, in proclivibus, podagram inducunt.

---

* *Brachmanes* Indiæ Orientalis esu animalium ex toto se abstinent, et satìs valent. Contrà Lappones et alii qui regiones septentrionales incolunt; etiamque gens Indica Americana, *Esquimauxii* dicta; licèt carnibus ferè solis vivant, valetudinem tamen servant. Multùm autem à consuetudine pendet. Pauci, ut observat Gregorius, in hac regione, victum oleosum putridum, quem illi illius gentis indicæ americanæ, concoquere possent; dum hi æquè difficilè concoquerent victum *vegetabile brachmanorum* *.

* Audi Gregor. Prælectiones *de Medicin. Practic.* in Acad. Edin.

Condimenta nimiâ copiâ sumpta, multùm nocent. Ventriculus enim, nimiis stimulis assuetus, his negatis, malè se habet; et, si his homines quotidie utantur, brevi tempore necesse erit, ut ad validissima et acerrima confugiant. Multi, quorum stomachi hâc et aliis causis infirmantur, alimentum haud cupiunt, donec priùs condimenta acerrima, vel etiam meraciores potus, assumpserint. Sic multi temulenti, qui prandium minimum sumunt, post ingurgitationem vini cœnam magnam ingerunt.

A Britannis sæpissimè peccatur quantitate oleosorum, quam ingerunt. Hujusmodi ingesta sæpè, die postero, haud mutata revomunt. Verisimile est, ut Gregorius putat, nonnullos ideo cibos terrâ natos difficulter concoquere, quòd unà cum his magnam butyri vim devorent.

Homines errores quantitate et qualitate optimè evitarent, si diæta simplice viverent.

Quanquam hæc, de ciborum quantitatis et qualitatis erroribus, diximus; tamen haudqua-

quàm nobis consilium est interdicere, ne homines diætâ satìs firmâ et plenâ vires alant et sustineant. Clarè enim constat, diætam tenuem, ex parte saltem, efficere, ut pauperes scrofulâ adeò sæpè, et aliis etiam morbis debilitatis, afficiantur et deformentur.

Hoc tantùm moneo, ut omnes diætâ modicâ, simplice, et concoctu facili, contenti vivant: "Victus delicatior et animo nocet, "et corpori; proinde, si vis pellere podagram, "pelle delicias *."

Potus—admodùm est necessarius, ut homines possint cibos concoquere, qui corpora reficiant et sustentent. Hunc in finem, aquam solam Natura dedit, quippe solum potum hominibus sanis necessarium. Gradatìm tamen homines potulenta multa factitia assumere insuêrunt; sicut vinum, liquores distillatos, et aquam in quâ fervidâ *thea* et *coffæa* macerata sint: inducti fortassè, magis quia animum exhilarant, quàm quia incorrupto palato jucunda sunt. De his pauca dicam.

---

* Vid. Petrarch. *Fam. Epist.* lib. iii. epist, xiii.

De vino, et liquoribus distillatis.—Usus diurnus horum liquorum, non solùm supervacaneus est, sed etiam nocivus. Nunc videtur à medicis ferè omnibus concedi, plus detrimenti ex quotidiano harum potionum usu mediocri oriri, quàm ex rara ebrietate. Viribus concoquendi sanis, retardant, magis quàm adjuvant concoctionem, et plerumquè *dyspepsiam* inducunt. Alimentum, ut nunc inter medicos convenit, concoquendi viribus ex toto mutatur. Liquores verò meraciores, sive fermentati, sive distillati, sunt potentissimi, quibus escæ, tam quas animalia nobis præbent, quàm quas fundit terra, immutatæ in stomacho conserventur. Hanc rem experientia etiam omnium, qui talia potulenta post pastum affatìm ingurgitant, plùs satìs comprobat; sæpè enim, post horas complures, imò interdum post noctem, totum prandium crudum revomunt.

Ventriculi etiam eorum, qui liquores meraciores, præcipuè distillatos, frequentiùs ingurgitant, ferè semper morbidi fiunt. Omne quidem viscus humani corporis seriùs ociùsve ex hac causa morbum nanciscitur; et hinc *he-*

patitis, *icterus*, hydropes, et multi alii morbi sæpissimè oriuntur. Hâc sæpè causâ æqualis distributio sanguinis turbatur; et, sanguine uberiùs solitò ad quasdam partes transmisso, inflammatio et consequentia oriuntur. Hinc haud raro fit, ut vinolenti *ophthalmiâ* et *phrenitide* afficiantur.

Præsertìm autem corpus nervosum eorum, qui liquores ardentes ferè continuò hauriunt, damno afficitur; quo fit, ut iis *apoplexia*, paralysis, *epilepsia*, et etiam *mania*, haud rarò superveniant.

Vinum etiam, cæterique liquores meraciores, proclivitatem ad podagram inducunt, gentilitiamve augent. Homines enim inculti, ubì his uti nondùm insuêrunt, à podagra ferè immunes vivunt. "I have heard," inquit RUSHIUS, "of two or three cases of the gout among "the INDIANS; but it was only among those, "who had learned the use of rum from the "WHITE PEOPLE *." Multi, qui parentum vitio huic morbo opportuni nascuntur, eum

* Vid. RUSH. *Inquiry into the Natural History of Medicine among the* INDIANS.

tamen diætâ parciore, et idoneo victu, ferè penitùs arcere possunt. GREGORIUS nostras mirum hujus exemplum est. Quanquam enim, dum juvenis, podagrâ correptus est; at strenuâ tamen in omnibus temperantiâ diu arcuit, et multos nunc annos immunis vixit. DARVINUS etiam, qui, jam ætate provectus, incepit abstinentiâ podagræ strenuè occurrere, mox convaluit; nec iterùm, ad finem vitæ usquè, podagrâ correptus est. Fœminæ quoque, quàm mares, podagræ multò minùs sunt obnoxiæ; id sanè, quòd à GREGORIO cibo ac potui tenuioribus rectè attribuitur.

Etsi, mirabile dictu, rari vinolenti non uno vel alio horum morborum afficiuntur, plerumquè tamen vitam miserè transigunt. Quicquid cibi ingerunt, vel statim revomitur, vel brevi fermentescit; ructusque acidi subsequuntur. Cibi crudi et corrupti ventriculum et intestina adeò irritant, ut spasmis hæc ac doloribus afficiant. Miseri hujusmodi noctes vigilant amaras; vel ex brevi somno imaginibus terrificis excitantur, et, parùm refecti, alium præterito haud jucundiorem diem tran-

sigunt. Brevi autem tempore, desiderio et vi concoctionis amissis, jactura corporis haud reparatur. Vultus fit luridus; oculi in orbitas recedunt; et corpus febre lentâ tabescit.

"*Et neque jam color est misto candore rubori;*
"*Nec vigor et vires, et quæ modò visa placebant;*
"*Nec corpus remanet.*"——

Ovid.

Animi facultates etiam penitùs languescunt. Nisus ejus debiles ac inconstantes fiunt; judicia varia et incerta. Infirmitas et animi et corporis indies crescit, donec mors optata miseriis finem imponat.

Nonne mirum est, vel his temporibus, homines liberalitèr educatos, qui hæc in oculis habeant, Bacchum tam strenuè colere; et existimare, tales stimulos necessarios esse, ut animus et corpus idoneas vires acquirant et exerceant? Stimuli, præsertìm juvenibus ac ætate virilibus, supervacanei sunt; nam, eâ ætate, vires et mentis et corporis ad omnia munera fungenda sufficiunt.

"Oh! seldom may the fatal hour return
"Of drinking deep! I would not daily taste,
"Except when life declines, even sober cups;
"For youth has better joys.
"And is it wise, when youth with pleasure flows,
"To squander the reliefs of age and pain?"

ARMSTRONG.

Liquores meraciores sunt admodùm nocivi, irritabilibus infantibus; et, qui liberis eos post prandium hauriendos dant, horum valetudini pessimè consulunt.

Morborum, quibus in BRITANNIA pauperes afficiuntur, plurimi ex usu nimio horum liquorum, præsertìm distillatorum, originem trahunt. Dolendum quidem est, eos, penes quos est legum ferendarum potestas, non tributo graviore imposito cavere, ut hi potus majoris constent, et iis homines rariùs abutantur; nam

"Hoc fonte derivata, clades
"In patriam populumque fluxit."

HORAT.

Fortassè oportet potiùs, subducto tributo, hominibus permittere, ut sibi cerevisiam omnis

generis faciliùs suppeditent; quippe quæ multò minùs nociva sit, et, ob nutrimentum quod præbet, ad corpus gravi labore exhaustum reficiendum magis idonea. Si homines itaque vino et liquoribus distillatis uterentur tùm tantùm, cùm corpus, annis vel morbis confectum, aliquid meracius requireret, brevem vitæ summam multò feliciùs agerent; verbisque maximi Poëtæ possent sæpiùs exclamare:

> "*Though I look old, yet am I strong and lusty;*
> "*For, in my youth, I never did apply*
> "*Hot and rebellious liquors to my blood;*
> "*Therefore my age is, as a lusty winter,*
> "*Frosty but kindly.*"
>
> SHAKESPEARE.

De thea et coffæa.—Aqua, in quâ fervidâ *thea* macerata est, et ea in quâ *coffæa*, multa inter se communia habent. Cùm magnâ quantitate hauriuntur, corpori multùm nocent. Ventriculum enim infirmant, et *dyspepsiam* inducunt. Quæ ex usu *theæ* profluunt mala, ea calori aquæ, quâ macera-

tur, multi perperàm ascripserunt. Complures enim, lac et aquam æquè calida sine incommodo hauriunt; et alii detrimentum ab una tantùm specie *theæ* capiunt. Nostras Gregorius, dum optimè valebat, hauriendo aquam ex *thea viridi, dyspepsiâ*, et motu tremulo manuum, affectus est *. Experientia Whyttii et Culleni, mala non ex aqua, sed ex *thea* oriri, satìs confirmat †. Medici etiam, apud Batavos qui aquam ex *thea* affatìm bibunt, eadem ex ea mala oriri observârunt; et cum multis medicis apud nos

---

* Audi Gregor. Prælect.

Murræius præclarus aliud exemplum ejusdem rei præbet. "Ipse memini," inquit ille, "ante plures annos, quum sensilitate nervosâ singulari, et debilitate ventriculi correptus essem, theam viridem pretiosiorem me bibisse, quâ licèt modicè nec saturatè valdè sorbillatâ, paulò pòst tamen sensum ebrietatis, memoriæ imbecillitatem, et languorem insuetum, cum displicentia rerum observantium, per tempus in me creabat." *Apparat. Medicam.*

† Vid. Cullen. *Mater. Medic.*
Whyt. Oper. pag. 642.

consentiunt, usum *theæ* magna ex parte contribuisse ad constitutiones incolarum mutandas.

Thea, præcipuè pauperibus, quorum diæta sæpè parca est, admodùm est nociva. Dum medicinæ, præceptore optimo amico ANDREA WOOD, incumbebam, sæpè vidi pauperes, quibus opera vita est, aquam ex *thea*, absque saccharo et lacte, potare; et clarè mihi constabat, morbos eorum sæpè hinc inductos esse, vel saltem auctos. Quæ observavit CURREIUS de hac re, ea notatu dignissima videntur. Licet mihi ipsius verbis infrà citare *.

---

* "The want of a diet sufficiently nutritious, is doubtless one of the causes, that promote typhus, and other diseases among our poor. This does not seem to arise in general from the price of their labour being inadequate to furnish such a diet; but from their ignorance in the most advantageous modes of cookery, and still more from their indulging in articles that consume their means, without adding to their sustenance.

In the eighteen hundred cellars in Liverpool, there are many, in which animal food is not tasted more than once

Huic parti disputationis finem imponam, verba perpauca addendo de opio et *tabaco ;* quibus multi in BRITANNIA, sanitate et munditiâ reclamantibus, utuntur.

Opium.—Mala, quæ opium in genus humanum efficit, simillima sunt iis, quæ in canes*. In homine, cùm *dyspepsia* sæpè uno tantùm

---

a-week; but there are very few, in which tea is not drank daily; it is often indeed drank twice a-day.

The money fpent on tea is worse than wasted. It is not only diverted to an article that furnifhes no nutrition, but to one that debilitates the empty stomach, and incapacitates for labour. Hence the vast number of dyspeptic complaints among our patients at the public charities, which are almost all to be traced to the use of tea or spirits, often indeed assisted by depression of mind. At the Infirmary and Dispensary together, this class of patients exceeds five hundred annually. The great majority are females."

CURRIE. *Medical Reports*, vol. i. p. 214. not.

* "In dogs," inquit WHYTTIUS, "who have swallowed a large dose of opium, as three grains, the peristaltic motion of the intestines is much lessened, or totally suspended; the food, last received into the stomach, remains undigested; and the bowels are more than usually empty."

Vide WHYTT. Works.

hausto anodyno inducatur, non potest quin opii usus frequens multò perniciosior sit. Pauperes tamen hoc sæpè utuntur: et fama fert, in hac urbe multos pharmacopolas minores hoc præcipuè medicamentum vendendo sustentari *. Solent etiam opulenti et luxuriosi *tincturam opii*, quæ eos exhilaret, ubì in convivia cœtusve eunt, aut spectacula visum, assumere. Sed haud longo tempore inefficax fit; et, ut inter TURCOS, opii usui intemperanter deditos, languescunt et torpescunt cùm facultates animi, tum corporis vires.

TABACUM—ferè itidem multùm nocet. Manducatum facit, ut exspuatur saliva, aut devoretur, et sic duplice modo *dyspepsiam* inducit. PRINGELIUS manus tremulas, memoriam infidam, et etiam morbos paralyticos, producere affirmat †. Illi, qui naribus *tabaci* pulverem, præcipuè ante prandium, hauriunt,

---

* Audi GREGOR. Prælection. *de Medicin. Practic.* in Acad. Edin.

† Vide WITHERS. *On Chronic Weakness.*

sæpè desiderium cibi amittunt, et nauseâ ac vomitu afficiuntur; sed, ut sani, appetunt cibos et concoquunt, si à *tabaco* se abstineant.

Qui *tabaco*, opio, et *alcohole* uti insuêrunt, ii magno in errore sunt, si existiment se morbis affectum iri, si eorum usum omninò omittant. Haud dubiè oportet, ut vehementes hujusmodi stimulos gradatim omittant; sed minus periculi vel incommodi enascetur ex eorum subitâ desuetudine, quàm longo usu. Incommodum quoque, si quid acciderit, brevi tempore evanescet.

Denique, homines semper in memoria tenere debent, quò diutiùs stimulis, præter naturales, utuntur, eò magis requirere, ut eorum vim et copiam augeant; et, stimulis ademptis, gravius pati incommodum: neque homines sanitate aut felicitate frui posse, qui opibus tam alienis egeant. Nam licet jure affirmare, felicissimum hominum esse eum, qui, simplice victu contentus, nec luxuriosas dapes appetens, stimulantia et exotica nec requirat nec desideret.

CAP. V.

DE SECRETIS ET EXCRETIS.

Ut suus corpori vigor constet, egestorum non minùs, quam ingestorum, certa quædam ratio et modus esse debet, nec excerni retinenda, nec retineri excernenda. Utrumvis enim acciderit, id nocumento est.

GAUBIUS *.

ALIMENTUM, quod homines ingerunt, partìm se vertit in sanguinem, ex quo varii humores separentur. Ex separatis alii ad alia in corpore utiles sunt: alii verò, quippe inutiles vel nocivi, corpore expelluntur. Necessarium est ad incolumitatem, ut separati humores, nec quantitate nec qualitate multùm mutentur, ne multi proficiscantur morbi. De quibusdam jamjam pauca memoravi; et nunc in animo est tantùm de semine, urina, et stercore, paucis dicere.

* Vid. GAUB. *Institution. Patholog. Medicinal.* pag. 285.

De semine.—Qualitates, neque externæ neque *chymicæ*, mirificas hujus humoris vires indicant. Veruntamen "ejus stimulo adolescens ad grata munera Veneris incitatur." Venus, parcè culta, corpus salutariter excitat: sed rarò parcitate peccant cultores, et medicos sæpiùs oportet juvenes monere, ne ardore et frequentiâ colant ultra vires. Mala, ex nimio cultu orta, sanè magna sunt; at adhuc majora oriùntur ex libidinantibus, propriis manibus se stuprantibus. Hìnc enim vires adeò labefactantur, ut peccatores aut longâ invaletudine infelicitentur, aut lentâ morte præmaturè pereant. Omnium igitur, quibus curæ juvenes sint, multùm interest oculis vigilibus et monitis providere et præcavere, ne inconsiderati adolescentes tantæ turpitudini se dedant.

Si ætate virilis, post concubitum, imbecillus diù vel lassus sit, haud dubium erit, quin is, ultra vires, clinopale operam dederit.

Qui, ætate provecti, aut intemperantiâ omnigenâ ante diem senescentes, ad veneris munera parùm valent, ii, quippe suæ impoten-

tiæ conscii, medicamentis stimulantibus languidas vires excitant, ut congressu juvenes ardore æquent; et sic reliquum vigorem exhauriunt. Hujusmodi elumbis frustrâ

" laborem
" Ingratum trahit; et, siquando ad prœlia ventum est,
" Ut quondam in stipulis magnus sine viribus ignis,
" Incassùm furit."

VIRGIL.

Tales, ducendo uxorem juvenilem, mulierositate sæpè mortem accelerant.

De urina et stercore.—Sanitas haud parùm afficitur ratione, quâ excernantur urina et stercus; quoniam hæc, nimìs sive aucta sive imminuta, valetudinem corporis multùm perturbant. Urina quoque et stercus, si in corpore nimìs diù maneant, proclivitatem ad multos morbos inducunt. De eorum igitur retentione tantùm pauca sunt dicenda.—*Urina* nimis dìu retenta vesicam distendit, et sic magnum incommodum homini affert: nam inflammationem, gangrænam, paralysin et etiam rupturam potest inducere. Denique, si per *lym-*

phatica in sanguinem resorbetur, potest, hinc effusa, *apoplexiam* et mortem excitare.—*Stercus* haud rarò præter naturam retinetur, et magno hominem periculo afficit. Nam primùm alvo pertinaciter astrictâ, dein stercoris acrimoniâ et putredine, diarrhœa temperatu difficillima inducitur. Intestina ipsa, inflammatione, spasmo, aliisque morbis correpta, febrem excitant.

Multi corporis constitutione, et haud pauci inertiâ et diætâ pravâ, alvi duritiæ opportuni sunt. His ideò exercitatio, et diæta idonea, optima erunt remedia. Consuetudo etiam, ad alvum facilem servandam, magnâ vi pollet *. Illi igitur debent eâdem quotidie horâ velle eam evacuare : hoc enim perseverantèr facto, ex astricta, sæpè, sine medicina, fit satìs soluta ac mollis.

---

* Consuetudo, quippe cùm in corpus humanum multùm polleat, ab iis, qui de tuenda sanitate scribunt, tractari debet. Hoc autem facere non permittunt fines hujusmodi disputationum exigui.

Licet mihi huic disputationi, jam nimìs porrectæ, perpaucis priùs verbis dictis de affectibus animi, finem imponere.

CAP. VII.

DE AFFECTIBUS ANIMI.

"——— *Totamque infusa per artus*
"*Mens agitat molem, et magno se corpore miscet.*"

VIRG.

NEXUS tam arctus inter functiones animi et corporis intercedit, ut hoc non possit vel minimè affici, quin ille etiam plùs minùs afficiatur. Hujus exempla in priore parte disputationis protuli; intemperantiâ enim omnigenâ animus pariter ac corpus infirmantur.

"——— *Corpus, onustum*
"*Hesternis vitiis, animum quoque prægravat una.*"

HORAT.

Contrà, affectus animi excitantes et deprimentes, corpus quoque excitant et sedant. Quicquid mali, annunciatum statim ante prandium, appetitum omninò depellit, etiamsi hic ante satìs acris fuerit.

Animus æquus ad salutem plurimùm conducit; sed talem animum rarò, inter hujus vitæ curas et ærumnas, licet assequi. Quo æquior hominibus animus est, eo, cæteris paribus, constantiore sanitate et felicitate fruuntur:

"——————— *and blest are those,*
"*Whose blood and judgment are so well co-mingled,*
"*That they are not a pipe for fortune's finger*
"*To sound what stop she pleases.*"

SHAKESPEARE.

Animum verò benè temperatum habent illi, qui, utì secundis rebus non nimìs efferuntur, ità adversas fortiter tolerant. Talis animus optimè acquiretur sic vivendo, ut corporis sanitas optimè conservetur; et animum iis occupando studiis, quibus acquiratur utilis scientia. Studia varia, in quibus levia gravioribus miscentur, optimè ad hunc animi sta-

tum conducunt. "Nam cætera neque tem-
"porum sunt, neque ætatum omnium, neque
"locorum: at hæc studia adolescentiam a-
"lunt, senectutem oblectant, secundas res or-
"nant, adversis perfugium ac solatium præ-
"bent; delectant domi, non impediunt fo-
"ris; pernoctant nobiscum, peregrinantur,
"rusticantur."

Hâc disputatione ad finem perductâ, tantùm restat gratissimum munus palàm profitendi, quot quantaque multimodìs beneficia, dum EDINÆ ad medicinam et chirurgiam omni studio incumbebam, à GREGORIO, ac RUTHERFORDIO Academiæ Professoribus, et THOMSONIO extra Academiæ pomœria Chirurgiæ Professore, acceperim.

Vobis, precor, spectatissimi viri,

> "*Gratia, fama, valetudo, contingat abundè,*
> "*Et mundus victus, non deficiente crumenâ.*"

Utinam vos mihi amicos fuisse nunquàm pudeat, et sim ipse tantis tamque bonis amicis nunquàm indignus.

VIVETE, VALETE.

FINIS

12